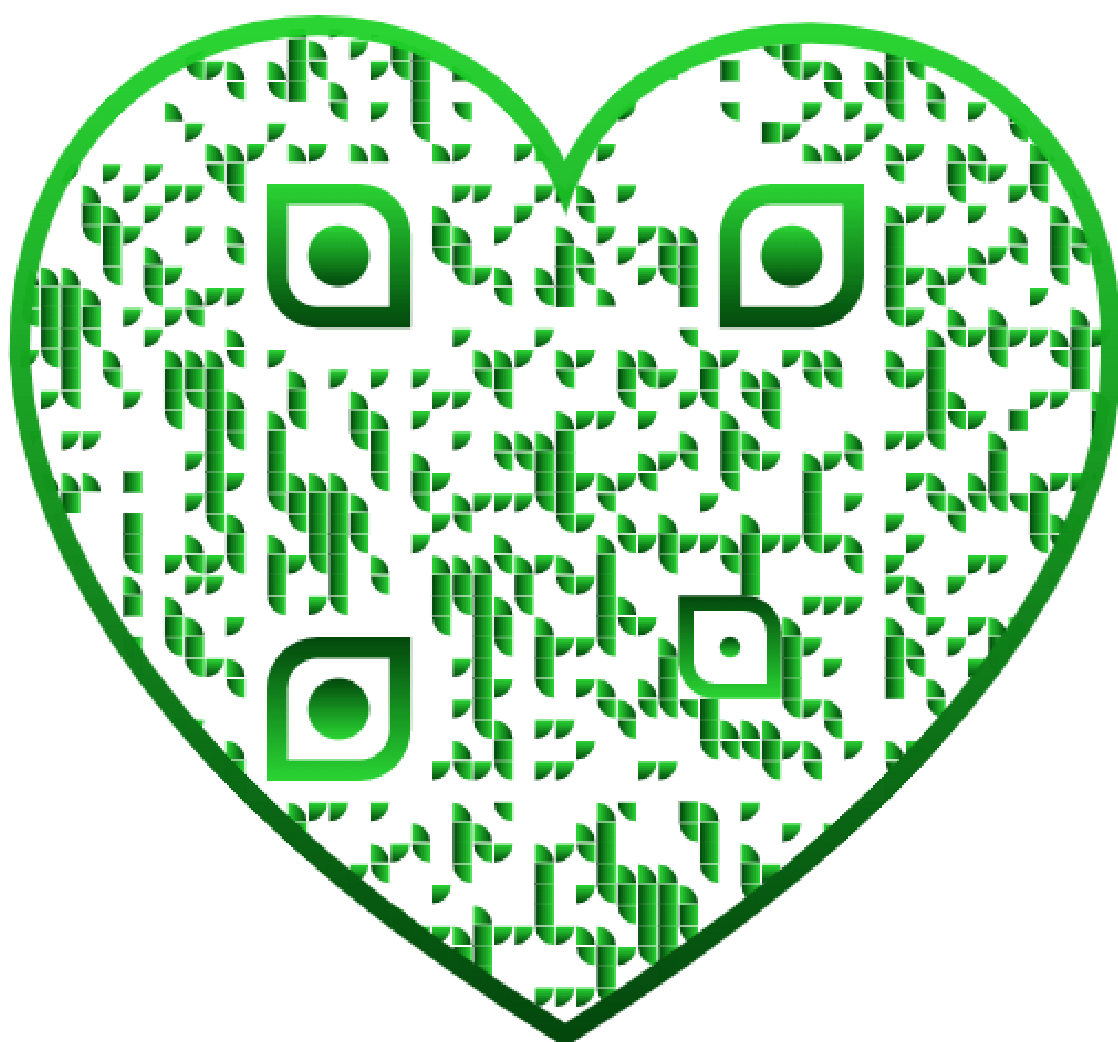
AUTISMO: 40 DICAS PARA AGIR EM FAMÍLIA

POR MAYARA SANTOS COELHO



ACADEMIA DO AUTISMO
por Fábio Coelho



Academia do Autismo



Para Guilherme, Fernando e Fábio Coelho
E para Ivone Santos.
Obrigada por tudo.

PREFÁCIO

Orgulho! Este é o sentimento que vivencio ao ler esta obra. É emocionante, pois sei exatamente o tempo dedicado de estudos, preparação de material e, sobretudo, de aplicação das atividades com nossos filhos. Mayara faz toda a diferença na vida do Guilherme e do Fernando e, vem conseguindo através da Academia do Autismo, disseminar conteúdo e motivação para os familiares de crianças com Transtorno do Espectro Autista. Com uma linguagem clara e objetiva, as dicas são apresentadas com um passo a passo que só é possível vindo de quem tem a experiência do dia a dia e o autismo como sentido de vida. Para você, leitor (a), se eu pudesse dar uma sugestão, seria essa: aprecie ao máximo esta leitura e jamais deixe de acreditar no seu filho (a), nos potenciais e nas possibilidades. A capacidade de uma pessoa para aprender não pode ser questionada. O que precisa ser questionado é a nossa maneira de ensinar, nossos métodos, nossas técnicas e, sobretudo, o que é preciso/possível ensinar.



SUMÁRIO

INTRODUÇÃO 06

O APRENDIZADO EM FORMA NATURAL 07

COMO SER O CENTRO DAS ATENÇÕES DO SEU FILHO 08

DICA 01 – ÁRVORE DE NÚMEROS 11

DICA 02 - BONECA CABELUDA 12

DICA 03 - CARTAZ DE NÚMEROS E QUANTIDADES 14

DICA 04 - NÚMEROS E QUANTID ADES COM MATERIAIS RECICLADOS 16

DICA 05 - FORMAS GEOMÉTRICAS COM PALITOS 18

DICA 06 - BINGO DAS FORMAS GEOMÉTRICAS 20

DICA 07 - RELAÇÃO NÚMEROS E QUANTIDADES COM FELTRO 21

DICA 08 – RELACIONANDO NÚMEROS E QUANTIDADES COM VELCRO 23

DICA 09 - CORPO HUMANO EM CARTAZ 25

DICA 10 - QUEBRA CABEÇA "MEU CORPO" E OUTROS DESENHOS 27

DICA 11 - VARAL DE LETRAS (LINGUA PORTUGUESA) 28

DICA 12 - VARAL DO NOME (LINGUA PORTUGUESA) 30

DICA 13 - PAREAMENTO DE VOGAIS (LINGUA PORTUGUESA) 32

DICA 14 – TRABALHANDO CORES COM COMIDA E OBJETOS 33

DICA 15 - COMBINANDO CORES COM PREGADORES (ARTES) 34

DICA 16 - SEQUÊNCIA DE CORES COM PALITOS 36

DICA 17 - PAREAMENTO REUTILIZANDO CARTELA DE ADESIVO 37

DICA 18 – BASQUETE E OUTROS ESPORTES 38

DICA 19 - EU SOU O CARRINHO E PISTA DE CORRIDA 39

DICA 20 - ESTÍMULOS SENSORIAIS COM BEXIGAS 40

DICA 21 - ESTÍMULOS SENSORIAIS COM LIVROS SENSORIAIS 42

DICA 22 – CONTATO VISUAL: ESTIMULAR O COM FANTOCHES 43

DICA 23 - CONTATO VISUAL: BOLHA DE SABÃO 44

DICA 24 - JOGO DA MEMÓRIA FIXO 45

DICA 25 - TRIANGULAR DO OLHAR: BRINQUEDOS EM PVC 46

DICA 26 - TRIANGULAR DO OLHAR: BRINQUEDOS EM PVC 47

DICA 27 - ESTIMULANDO A COMUNICAÇÃO ATRAVÉS DO “APONTAR” 49

DICA 28 - REDUÇÃO DE CRISES: BOLINHAS ANTI-STRESS 50

DICA 29 - REDUÇÃO DE CRISE BOLA SMILE 51

DICA 30 - REDUÇÃO DE CRISE COM O “CESTO DE BOLAS” 52

DICA 31 - REDUÇÃO DE CRISE COM KIT DE ATIVIDADES 53

DICA 32 - REDUÇÃO DE CRISE COM BRINQUEDOS DE MOVIMENTOS 54

DICA 33 - EM CASA E NA RUA, MANTENHA O MESMO COMPORTAMENTO 55

DICA 34 - INTERATIVIDADE: O MISTÉRIO DO QUEIJO ROUBADO 56

DICA 35 - REDUZINDO A SELETIVIDADE ALIMENTAR 59

DICA 36 - TRABALHANDO AUTONOMIA: TALHERES 61

DICA 37 - AUTONOMIA: VESTUÁRIO COM COMUNICAÇÃO ALTERNATIVA 63

DICA 38 - AUTONOMIA: AJUDA DISCRETA PARA SE VESTIR 65

DICA 39 - ESTIMULANDO MOVIMENTO DE PINÇA 66

DICA 40 - TRABALHANDO AUTONOMIA: DESFRALDE 68

CONSIDERAÇÕES FINAIS 70

INTRODUÇÃO

Se você é mãe ou pai de uma criança diagnosticada com autismo, provavelmente já foi em algumas palestras, participou de seminários, simpósios, cursos, já pesquisou, conversou com profissionais, leu em livros, revistas, jornais, assistiu a programas, sites e a canais de youtube, informou-se, buscou conhecimento sobre o autismo, conversou com os terapeutas do seu filho, outros pais, e isso realmente é muito importante. No entanto, o que vai fazer toda a diferença é aquilo que você colocar em prática.

Sabe as dicas que você tanto ouve? Então, pratique em casa, no dia a dia, com a família, a sós, em público, em diversos ambientes, durante a semana, nas férias, nos feriados. Enfim, pratique. É o que vai fazer valer a pena cada centavo, cada dia, cada minuto que você dispensou para ouvir, ler, aprender, compreender sobre como ajudar seu filho.

Lembre-se que cada pessoa tem sua individualidade, e com aquelas com Transtorno do Espectro Autista não é diferente, uma vez que esta vive dentro de um contexto: classe social, religião, formação familiar, enfim, um conjunto de influências que irão refletir diretamente no seu desenvolvimento. Há também diferenças entre irmãos que vivem no mesmo contexto, contudo, ainda que compartilhe o diagnóstico do autismo, cada um tende a desenvolver habilidades próprias. A máxima de que "ninguém é igual a ninguém" é tão verdadeira e notória quando nos referimos a gostos, atitudes e desenvolvimento de irmãos com diagnóstico de Autismo.

Portanto, fique a vontade para adaptar qualquer atividade deste livro de acordo com a sua realidade. Algumas coisas podem fazer muito sucesso com o interesse do seu filho durante as brincadeiras conforme fizeram em nossas experiências e outras, no entanto, não serem tão atrativas. Se for necessário troque itens, substitua os modelos e use o que tenha a mão. Algumas propostas podem não ser tão bem aceitas num primeiro momento, porém se bem estimuladas pode ser que entrem na rotina facilmente.

Nossa expectativa é que cada vez mais pais tenham momentos felizes de descontração e interação com os seus filhos, e que além de trabalhar a autonomia, reforçar conteúdos escolares, estimular brincadeiras, seja também um momento para criação de memórias inesquecíveis da infância.

O APRENDIZADO EM FORMA NATURAL.

Por não existir um tratamento padrão, é essencial que os pais busquem o conhecimento, dicas e opiniões e que ponham em prática em casa. Maryse Suplino, no seu livro Currículo Funcional Natural, fala sobre aprendizagem de forma natural. Em uma de suas palestras no Simpósio Nacional do Autismo, cita que passou por algumas situações adversas que não existiriam caso o método de ensino fosse ambientado de forma natural. Por exemplo, um aluno que demonstrou crise de irritabilidade por se recusar a fechar diversas tampas de garrafas vazias. Ela observou que a ação não tinha sentido, considerando que o aluno não estava exercendo uma coisa natural, isto é, pra quê abrir onze garrafas se não iria beber água de nenhuma delas? Sendo assim, Suplino defende que o método ensino-aprendizagem deve ser da forma mais aproximada daquilo que seja óbvio, daquilo que seja natural acontecer.

Dessa forma, os pais como cooperadores do ensino do filho, devem criar atividades que façam sentido e que possivelmente sejam divertidas. Sair do campo da teoria e investir numa ação prática pode ser um pouco complexo, mas há uma imensa gama de dicas e sugestões que você poderá achar no Google e também na página da Academia do Autismo. Converse com o professor do seu filho o conteúdo trabalhado em sala de aula e pesquise por atividades acerca do tema de forma lúdica. Por exemplo, se na escola estão trabalhando numerais de 1 a 10, vá a feira, compre uma cenoura, 3 maçãs, 4 laranjas e peça ajuda ao seu filho para colocar na sacola. É um aprendizado de forma natural como disse a Suplino. A feira (ou mercado) também dá pra trabalhar adição, multiplicação, subtração. E também a experiência social: entrar no mercado, a hora de sair, a fila do caixa, entregar o dinheiro, não consumir na loja e etc. são coisas que podem ser complexas para quem apresenta o diagnóstico de autismo.

São inúmeros exemplos de brincadeiras que estimulam a aprendizagem desta forma natural. O mais importante é que você se envolva. Aqui estão algumas dicas que irão facilitar este momento:

· Não trabalhe em cima de erros, pois cada pessoa tem seu ritmo de aprender. Mesmo que pareçam passos pequenos o importante é a interação, o tempo de concentração e principalmente o reforço dos laços afetivos durante a brincadeira.
· Estabeleça uma rotina, por exemplo, nos finais de semana, ou pelas manhãs.
· Prefira roupas confortáveis, que facilitem o movimento, disponíveis para serem sujas com tintas, que possam ser manchadas com comidas etc.
· Ambientalize o local: cuidado com muita exposição ao Sol ou a chuva, veja se há perigos em vista e procure eliminá-los.
· Observe questões como horários de banho, banheiro e almoço e jantar, pois a criança tende a perder a paciência e não se dispor a brincar.
· Faça anotações sobre: tempo envolvido, o que mais tem feito sucesso em questão de interesse da criança e vá acompanhando assim, a evolução do seu filho.
· Não se esqueça de que é preciso duas coisas: criatividade (pois eles podem se entendia facilmente) e paciência, pois não é uma prova de vestibular, mas um momento produtivo em forma de brincadeira.

Sabemos que a primeira vista sentar e brincar com uma criança com o diagnóstico de autismo pode parecer bem difícil, pois a maior dificuldade que muitos pais enfrentam é: “como chamar a atenção da criança sem contato visual?” Pensando nisso, o próximo capítulo trata de algumas maneiras para atrair esta atenção.

COMO SER O CENTRO DAS ATENÇÕES DO SEU FILHO

Desde bebês, as crianças buscam observar e interagir com outras pessoas que se aproximem e lhes chamem a atenção. Desta forma, é natural que sejam estimuladas a aprender e a desenvolver habilidades através da imitação. Uma simples brincadeira como esconder o rosto atrás de um lenço ou uma fralda e depois descobrir e falar “achou” é retribuído por risadas e contato visual numa criança neurotípica.
Ocorre, contudo, que as crianças pequenas com o transtorno do espectro autista não apresentam esta característica de interesse em interagir com as pessoas da mesma forma e a mesma frequência que as outras crianças. E por não sentirem-se atraídas pela estimulação, consequentemente não buscam a imitação do outro, por isto perdem muitas oportunidades de aprendizagem de forma natural.
É fundamental que os pais e/ou cuidadores busquem ser o “centro das atenções” da criança, facilitando assim o aprendizado e aumentando a socialização e a interação entre eles e os demais, Sally J. Rogers, no livro “Autismo: Compreender e agir em família” destaca 5 passos para que os pais / cuidadores assumam esta função:

Passo 1º Identifique o que está sob o holofote da atenção do seu filho.
Passo 2º Entre no palco e tome sua posição;
Passo 3º Elimine a concorrência
Passo 4º Identifique a zona de conforto social do seu filho;
Passo 5º Junte-se ao seu filho seguindo a liderança dele.

Farei um resumo rápido sobre uma compreensão dos passos.

Passo 1º Seu filho deve ter algum interesse especial. Brinquedo ou não. Procure observar o que o faz feliz, o que faz com que fique calmo quando se irrita o que ele procura quando está feliz. Exemplo: Pirulito, bola, vento, água, música entre outros.

Passo 2º “Entrar no palco” significa você se interessar por aquilo também. Por exemplo, se a criança gosta muito de água, esteja junto na piscina, no banho de mangueira. Inclua brincadeiras com água

por exemplo: espalhe a piscina bolas ou boias de plástico coloridas e atente para as cores. Se for algo que gira, procure girar também, ou colocar o objeto perto do seu rosto e estimule contato visual.
Por exemplo: Dispenser baleiro com ventilador muito encontrado geralmente perto do caixa em lojas de artigos.

Passo 3º “Eliminar a concorrência” é exatamente deixar o ambiente livre de interferência quando você e a criança estiverem envolvidas na atividade. Televisão desligada, celulares escondidos, enfim você saberá o que poderá distrair a atenção da criança.

Passo 4º “Identificar a zona de conforto social do seu filho” significa respeitar o espaço dele. Todas as pessoas, sem exceção, têm diferentes reações à proximidade física das outras pessoas, algumas necessitam de mais distância que a outras. (Um exemplo prático são amigos conversando onde um não consegue falar sem encostar a mão na outra pessoa. Algumas pessoas reclamam desse comportamento, por não gostar do contato físico) Dessa forma, é importante observar onde é o nível de conforto do seu filho. Um mito bastante divulgado é que “o autista não gosta de toque”. Isto não é verdade, há autista que gostam sim, e muito, pois possui sua individualidade, convém não generalizar, cada pessoa é única, sendo autista ou não.

Passo 5º Junte-se ao seu filho e deixe que lidere, isto é, permita que a criança dite o ritmo da brincadeira, o tempo, pois no começo poderá ser menos e depois ir aumentando a quantidade de tempo e interesse .

Nestas imagens você pode perceber a evolução no brincar dentro da piscina de bolinha, comum em festas. 2012: O pai tentando chamar à atenção da criança usando a bolinha, nesta fase a criança se demonstrou alheio ao brinquedo. 2013: Primeiro sinal de interesse e curiosidade, porém pouco tempo. 2016: Já demonstra estar à vontade. 2017: Aceita ficar com outras crianças.

Agora vamos colocar a mão na massa? A seguir, 40 dicas de estímulos para serem feitos em casa. Bom trabalho!





DICA 01 – ÁRVORE DE NÚMEROS (MATEMÁTICA)
Esta atividade irá trabalhar noções de números, interação e comunicação.

Materiais:
- Velcro
- Papel pardo ou cartolina
- EVA vermelho
- Papel camurça verde
- Tinta verde e marrom

Modo de fazer: Desenhe uma árvore grande em uma cartolina.
Corte 8 maçãs em EVA e faça as folhas num papel tipo camurça. Escreva os números com pilot e pendure com velcro.

Pré-atividade: Pendure antes de a criança chegar, elimine as distrações.
Como colocar em prática: Com o comando de "Vamos pegar as maçãs e colocar no cesto?" Seguindo a ordem do 1, 2, 3… E colocando no cesto! Cada maçã fale em voz alta o respectivo número.
Depois da atividade realizada ofereça um reforçador. Este reforçador serve de prêmio e estímulo, por exemplo: ir a um passeio, uma bala, um desenho etc.



DICA 02- BONECA CABELUDA (MATEMÁTICA)
Esta atividade irá trabalhar o movimento de pinça, noções de quantidade, cores, interação e concentração.

Materiais:

- EVA (várias cores)
- 1 Prato descartável de preferência de papelão
- Pregadores de roupa (12)
- 1 para de "Olhos" para artesanato
- Caneta hidrográfica
- Cola quente
- 1 Dado

Modo de fazer:

Encape o prato de papelão com o EVA usando a cola quente, cole os olhinhos e faça os detalhes do rosto. Cole uma faixa de EVA em cada lado dos pregadores, observe que o interessante é usar cores diferentes nos pregadores.



DICA 03- CARTAZ DE NÚMEROS E QUANTIDADES (MATEMÁTICA)

Esta atividade é voltada para desenvolver a interação e a comunicação, a relação número x quantidade e o movimento de pinça.

Materiais:

- 1 Cartolina (se possível da cor que o aprendiz goste)
- 1 Fita adesiva colorida
- Feltro, Eva, adesivo ou cartolina de cor diferente.
- 5 Pregadores de roupa
- Durex largo
- Cola quente
- 1 Parte lateral de uma caixa de guaravita ou outra que seja não muito larga.



Recorte os números em EVA e cole nos pregadores com a cola quente, se desejar pinte-os também.
Em seguida, recorte o feltro (ou EVA, ou adesivo, ou cartolina) em círculos com as quantidades (ao todo são 15). Cole com a cola quente.

Como colocar em prática:

Conquiste a atenção do aprendiz (se necessário volte ao capítulo 2). Estimule para que ele associe os números à quantidade. Ajude conforme a necessidade que ele apresentar. Auxilie a pregar o pregador correspondente relacionando números à quantidade.



DICA 04- TRABALHANDO NÚMEROS E QUANTIDADES COM MATERIAIS RECICLADOS. (MATEMÁTICA)
Esta atividade irá trabalhar relação números x quantidades, coordenação motora, cores, trabalho em grupo e noções de reciclagem.

Materiais:

- 10 Rolos de papel Higiênico
- 1 Folha de Eva
- 10 Tintas de cores variadas
- Argolas ou pulseiras de plástico na quantidade em que irá ser trabalhado.
- Fita crepe caso queira dar textura nas pulseiras ou argolas
- Cola quente

Modo de fazer:

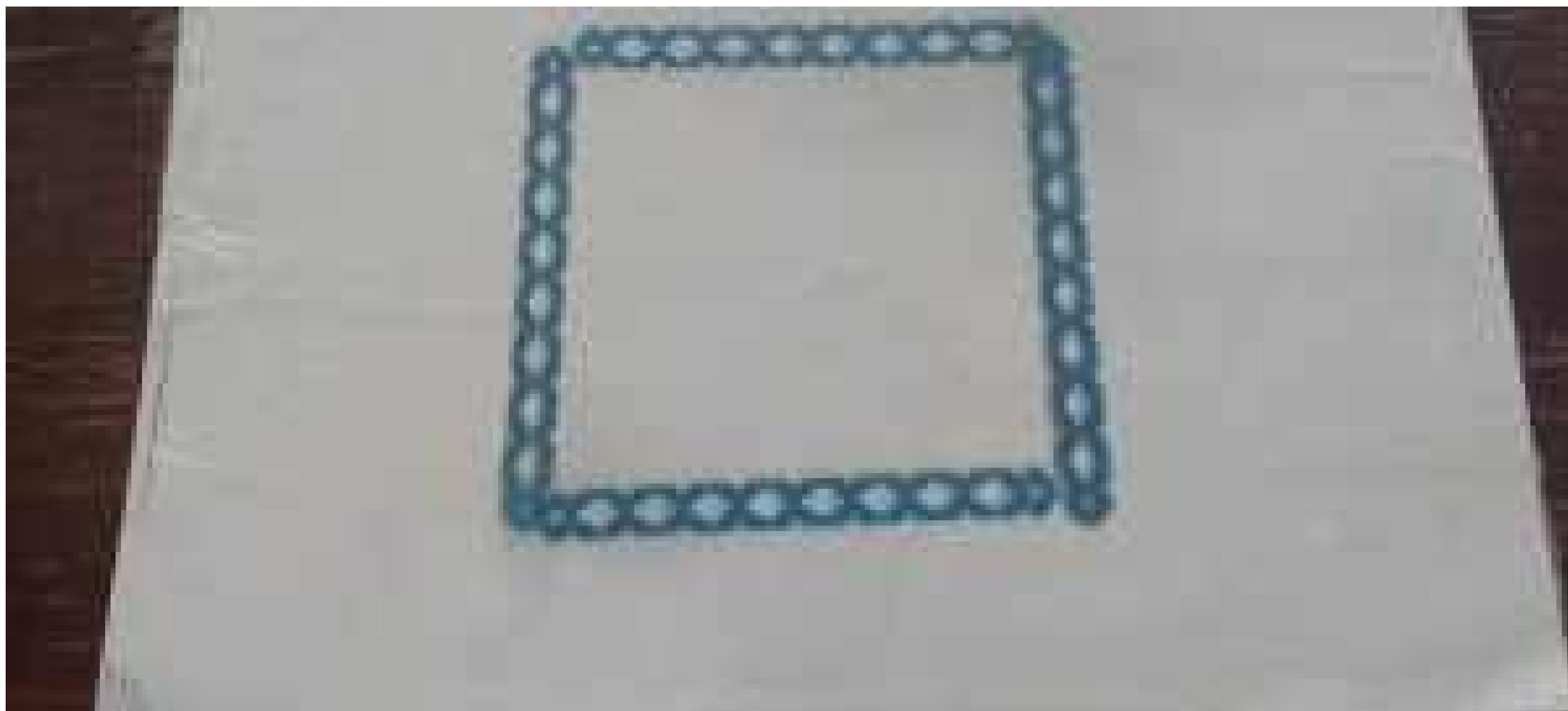
Pinte os rolos cada um de uma cor. Escreva e recorte no Eva (ou cartolina) números de 1 a 10; cole nos rolos utilizando a cola quente. Enrole as pulseiras com a fita crepe e pinte-as de cor correspondente a do rolo.

Como colocar em prática:



Organize os rolos em cima de uma mesa em ordem numérica;
Estimule a criança a colocar a quantidade de argola nos rolos correspondentes.
Por exemplo, no rolo de número 01 a criança deve colocar apenas uma argola. No rolo de número 02, a criança colocará duas argolas e assim suscetivelmente.
Cada criança (no caso de houver mais de uma) ficará com um número de cada vez.

Ofereça ajuda na medida em que perceber alguma dificuldade, lembre-se que o objetivo é trabalhar de forma lúdica números e quantidades, pareamento de cores, socialização e o trabalho em equipe.
Portanto, espere o tempo da criança, elogie e divirta-se!



DICA 05- FORMAS GEOMÉTRICAS COM PALITOS
A proposta nesta atividade é trabalhar as formas geométricas, sequência de cores, concentração, imitação, coordenação motora e interatividade entre o aprendiz e o educando.

Materiais:
• Palitos de picolé coloridos;
• Imagens destes palitos de diferentes formas geométricas em folhas A4;
• Durex grosso transparente;
• Folha em branco.

Modo de fazer: Imprima em folhas A4 as imagens geométricas e passe a fita durex na folha impressa para garantir a durabilidade do material e reutilizar outras vezes.

Preparação pré atividade: Escolha um local livre de interferências, arejado, com boa iluminação.

Como colocar em prática: Separe a imagem com a forma geométrica e os palitos coloridos nas quantidades e cores correspondentes com o apresentado na imagem. Se for triângulo, por exemplo, serão utilizados 3 palitos. Se for a imagem de um quadrado, serão utilizados quatro palitos, e assim por diante conforme o grau de dificuldade.



(Conforme o desenvolvimento e interesse do aprendiz poderão variar quantidades de formas: 2 triângulos, três quadrados em cada imagem.). Estimule a colocar os palitos em cima da imagem de acordo com a forma geométrica.

Estimule a imitar a sequência em uma folha em branco.



DICA 06 - BINGO DAS FORMAS GEOMÉTRICAS

Esta atividade visa contribuir para relação de imagens e formas e interação, recomenda-se atividade em grupo.

Materiais:

- EVA coloridos
- Folha de papelão em quadrado
- Papel color plus colorido
- Uma sacola
- Cola
- Tesoura

Modo de fazer: Recorte no EVA formas geométricas e também no papel color plus. É importante utilizar as mesmas formas, nas mesmas cores.
Monte uma cartela no qual a criança deverá contar as formas.

Como colocar em prática:

Conquiste a atenção da criança e apresente para ela a cartela. Explique que ela terá que encontrar de acordo com o que você disser.
Variação: Caso a criança não se encontre no alcance da atividade, peça que ela relacione a forma solta na mesa e ache a igual na cartela.



DICA 07- RELAÇÃO NÚMEROS E QUANTIDADES COM FELTRO

Esta atividade tem como objetivo através do estímulo sensorial (provocado com o toque no feltro e nos objetos) ensinar a relação de números e quantidades

Material:
- Feltro, enchimento, linha.
- Apliques e botões.Adicionar um pouquinho de texto
- Cola quente
- Tesoura

Modo de fazer:
Faça almofadinhas de feltro no tamanho que caiba na mão do aprendiz.
Recorte e cole números em feltro porem de cores diferentes da almofada. O ideal é cada número uma cor.
Recorte 10 retângulos do mesmo tamanho em feltro e cole os apliques, botões e laços representando a quantidade.
Pré-atividade: Prepare a sala, escolha ambiente calmo.



Como colocar em prática: Coloque as almofadas e solicite que a criança coloque a quantidade correspondente. Com crianças menores disponha somente 2 almofadas, vá acrescentando de acordo com o aprendizado da criança.



Com o tempo você poderá acrescentar mais números e quantidades:



DICA 08 – RELACIONANDO NÚMEROS E QUANTIDADES COM VELCRO (MATEMÁTICA)

Esta atividade visa contribuir na relação número e quantidade e movimento de fixar e puxar com o velcro.

Materiais:

- Folha A4
- Fita adesiva
- Adesivos diversos ou imagens de objetos diferentes
- Velcro
- Tesoura
- Cola colorida.
- Durex grosso transparente

Modo de fazer:Imprima ou escreva os números que deseja trabalhar, passe fita adesiva na margem. Plastifique para que fique rígido (se não for possível, use a fita durex grossa em ambos os lados) cole o lado ríspido do velcro na folha já plastificada. Recorte as folhas A4 no tamanho dos adesivos. Passe o durex e cole o velcro na parte de trás.



Como colocar em prática:
Separe as imagens para serem coladas e peça ajuda a criança. Se precisar auxilie fisicamente.

Você pode fazer com apenas um número conforme imagem acima, ou dispor de mais imagens com na imagem embaixo.





DICA 09 - CORPO HUMANO EM CARTAZ (CIÊNCIAS)
Esta atividade se propõe em estimular o aprendizado sobre as partes do corpo humano, interatividade e concentração.

Materiais:
- Cartolina ou papel pardo
- Papéis com texturas diferentes e diversas cores
- Pilot preto
- Fita durex

Modo de fazer:
Desenhe num cartaz um menino/menina, com os papéis coloridos faça a roupa, sapatos, cabelo. Escreva com pilot o nome das partes do corpo que irão ser trabalhadas.



Como colocar em prática: Aponte no desenho o pé no cartaz Em seguida, aponte o pé da criança. Peça ajuda da criança para colocar um “curativo” no boneco porque ele machucou. Pode ser cantada a música “minha boneca de lata” Peça ajuda da criança para colocar um “curativo” no boneco porque ele machucou.

No final, o cartaz deverá ficar com os curativos nos locais em que você estimulou.





DICA 10- QUEBRA CABEÇA “MEU CORPO” E OUTROS DESENHOS (CIÊNCIAS)
Esta atividade estimula a resolução de problemas, raciocínio lógico e coordenação motora.

Materiais:

- Papel
- Cartolina, cartãozinho ou papelão;
- [Durex Grosso transparente]
- Cola



Modo de fazer:
Baixe uma imagem no Google, (pode ser o personagem que a criança mais gostar ou até mesmo uma foto). Imprima num papel e para ficar mais rígido, cole numa cartolina ou papelão. Use o durex transparente por cima da imagem para proteger.
Desenhe na parte de trás o encaixe que deseja no quebra cabeça observando as possibilidades da criança: pode ser duas peças ou mais de encaixe e recorte.



DICA 11- VARAL DE LETRAS (LINGUA PORTUGUESA)

Esta atividade pode ser feita de diversas maneiras e contribui para auxilio da coordenação motora, concentração, aprendizado pedagógico e trabalho em equipe. Indicamos para crianças pequenas e grandes.

Materiais:

- Um varal, (pode ser improvisado com barbante etc.).
- Cartolina
- Papéis com várias texturas: EVA, camurça, sanfonado, liso, lixa…
- Pregadores.

Como fazer: Prepare as letras (que podem ser encontradas no Google) com papéis de texturas diferentes e cole na cartolina ou cartãozinho.



Pré atividade:
Separe um lugar calmo, seguro e que a criança já esteja ambientada.
Instale um varal e junte os materiais antes de começar. Leve a criança até o local e cative a atenção dela.

Como colocar em prática:
Nos primeiros cartazes você pode ajudar fisicamente e verbalmente
Diminua as ajudas gradativamente
Elogie sempre, diga “isso” “muito bem”, “parabéns” ou entregue a criança algo que goste como prêmio e reforçador, mesmo quando tiver orientado fisicamente a criança.





DICA 12- VARAL DO NOME (LINGUA PORTUGUESA)

Materiais:

- Um varal, (pode ser improvisado com barbante etc.).
- EVA colorido,
- Pregadores.
- Folha de papel A4

Modo de fazer: Imprima na folha A4, o nome que irá trabalhar. (Se for o nome próprio da criança, o ideal é imprimir em letras maiúsculas, em negrito, com a inicial vermelha e o restante em preto, mas você pode trabalhar palavras como mãe, pai, eu, oi etc.). Recorte no EVA as letras e coloque em um recipiente (caixa, balde, etc.).

Pré-atividade: Providencie o varal e organize a brincadeira conforme as dicas do capítulo 2.



Modo de colocar em prática: Leve o aprendiz até o local, mostre a palavra e solicite que ela reproduza no varal. Se necessário ajude fisicamente a pendurar e/ou ajude na organização da palavra. No final, ofereça um reforçador, isto é, um prêmio: bala, passeio, picolé, etc. É muito bom estimular a autoestima e incentivar. Quem não gosta de um elogio?



DICA 13- PAREAMENTO DE VOGAIS (LÍNGUA PORTUGUESA)

Esta atividade pode ser feita em casa ou na escola, trabalha com noções de pareamento, vogais e texturas.



Materiais:

- Feltro colorido (diversas cores)
- Enchimento
- Linha e agulha.

Modo de fazer: Faça almofadinhas de feltro com enchimento. Recorte as letras que for trabalhar sempre em dupla, dois de cada. Cole ou costure nas almofadas.

Pré-atividade: O ideal é que estas almofadas estejam guardadas fora do alcance da criança até o momento em que forem utilizadas para que sempre haja alguma novidade a ser explorada. Prepare o local livre de distrações e consiga a atenção da criança.

Modo de colocar em prática: Separe duas letras, por exemplo, o A e a letra E. Ofereça outra e pergunte qual é igual? Se necessário, ajude a criança num primeiro momento. Com o passar do tempo, de acordo com o aprendizado do aprendiz e do seu interesse vá colocando uma a mais até atingir as 5 vogais com seus pares.





DICA 14- OFICINA DE PINTURA (ARTES E ATIVIDADES EM GRUPO)

Crianças em geral adoram a arte e você pode aproveitar para estimular esta atividade em grupo.

Ofereça telas, folhas de cartolinas, permita que usem diversas cores de tintas, pincéis, rolos e até os dedinhos.

Escolha um local que possa sujar: uma toalha velha na mesa, por exemplo.

Seja mediador do seu filho. Fale, interprete aquilo que ele não sabe falar, mas que você já entende para as outras crianças.

Utilize também o corpo da criança ao invés do pincel.

Coloque um papel grande no chão e estimule a pintura.

Aproveite para trabalhar as cores: misturas, primárias e secundárias, etc.No final não se esqueça da galeria das obras de artes





DICA 15 – TRABALHANDO CORES COM COMIDA E OBJETOS (ARTES E ATIVIDADES DE GRUPO)

Nesta atividade irá trabalhar cores, texturas, formas, sequência lógica e noção de esperar a vez.

Materiais:

- 4 Baldinhos coloridos
- 4 Tipos de balas com cores diferentes, mas que correspondam aos baldes.
- Durex
- Folha A4



Modo de fazer:
Escreva o nome da cor, com a respectiva cor: por exemplo: Verde, Azul, Amarelo, Vermelho. Cole no balde que represente esta cor. É importante num primeiro momento que o recipiente seja da mesma cor da palavra. Neste caso foram usadas as balas da marca “Fini” que tem diversos formatos e cores. Mas deixe sua criatividade aflorar, você pode fazer com pedaços de frutas: uvas verdes, morangos, entre outras. O objetivo é criar conjuntos, e claro, se divertir.

Modo de colocar em prática:
Consiga a atenção da criança, leve até o local e diga:
“Olhe o baldinho vermelho, vamos colocar as balas vermelhas”?
E assim por diante.
Esta atividade pode ser feita com crianças de várias idades sozinhas ou em grupo.
Assim, você poderá estimular a noção de “espera”.
Ou seja, inicie com a vez de um amigo e seu filho deverá esperar a vez dele.
É uma maneira lúdica, leve e divertida de ensinar a esperar em diversos momentos em que temos que esperar durante a vida: parada de ônibus, filas etc.



DICA 16- COMBINANDO CORES COM PREGADORES (ARTES

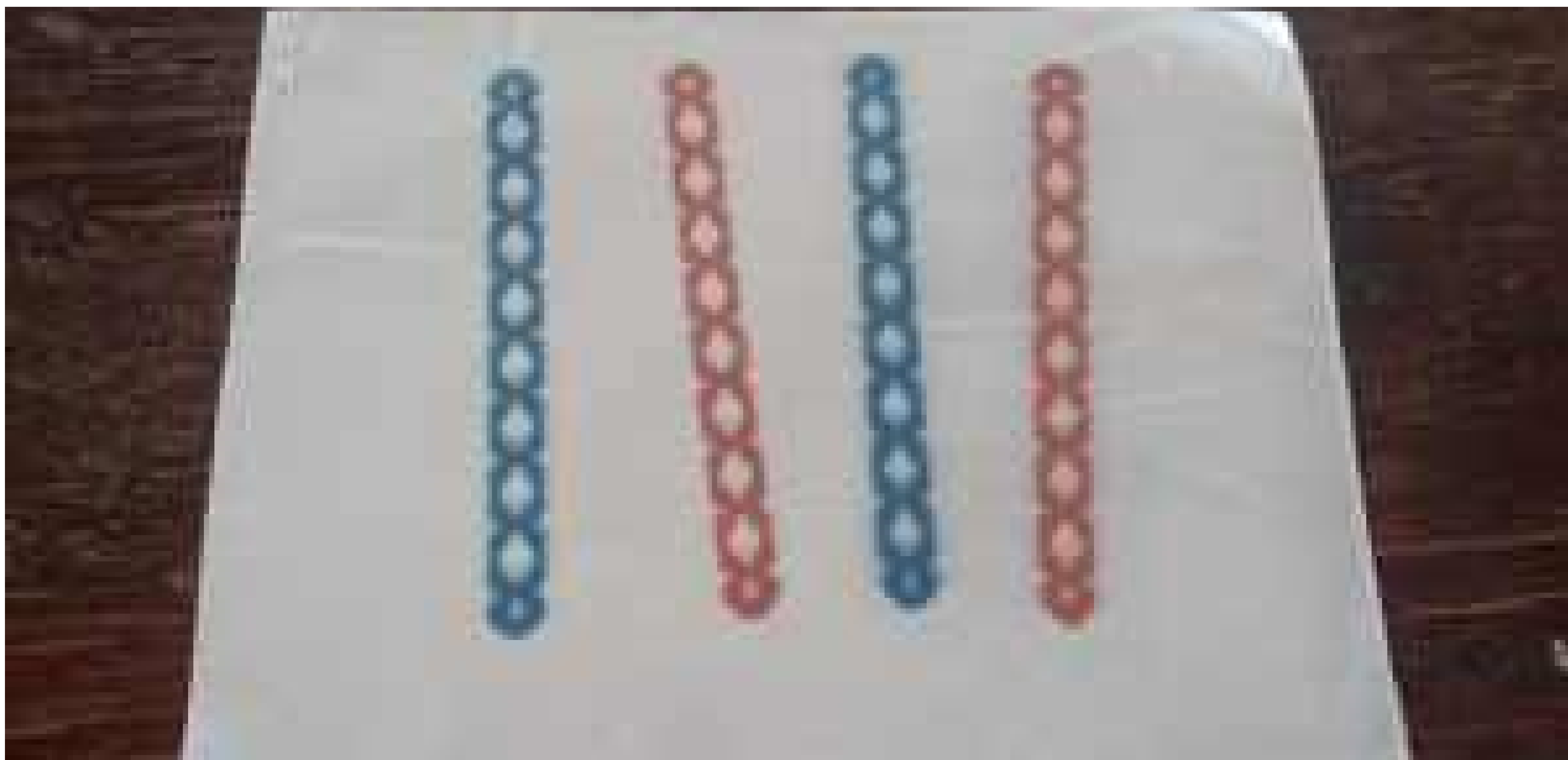
Esta atividade estimula o movimento de pinça, concentração e cores.

Materiais:

• Pregadores;
• Tábua de cortes para cozinha:
• Fita adesiva colorida;
• EVA

Modo de fazer: Cole a fita adesiva em dois lados da tábua de cortes e enfeites os pregadores com as cores correspondentes.

Como por em prática: O objetivo é combinar a cor do pregador com a cor representada na fita colorida fixada na tábua de cortes para cozinha. Leve a criança até o local que já deve estar preparado: sem distrações, limpo e confortável. Solicite que a criança coloque o pregador na cor correspondente, se for necessário ajude fisicamente. Se precisar, faça primeiro e peça que a criança termine. Elogie e ofereça recompensa sempre.



DICA 17 - SEQUÊNCIA DE CORES COM PALITOS
Esta atividade irá trabalhar sequência de cores, concentração, imitação, coordenação motora e interatividade entre o aprendiz e o educando.

Materiais:
- Palitos de picolé coloridos;
- Imagens destes palitos em sequência de cores diferentes em folhas A4;
- Durex grosso transparente;
- Folha em branco.
- Computador e impressora

Preparação Pré-atividade: Em folhas A4, imprima as imagens geométricas e as sequências de cores.Passe a fita durex na folha impressa para garantir a durabilidade do material e reutilizar outras vezes.
Escolha um local livre de interferências, arejado, com boa iluminação.

Como colocar em prática:
Separe a imagem com a sequência de cores e os palitos coloridos nas cores correspondentes.
Estimule o aprendiz a colocar os palitos em cima da imagem.
Estimule o aprendiz a imitar a sequência em uma folha em branco.



DICA 20 - EU SOU O CARRINHO E PISTA DE CORRIDA

Esta atividade visa estimular a brincadeira de carrinho e noções de espaço.

Materiais:

- Fita adesiva colorida
- Carros de brinquedos

Modo de fazer:
Delimite a área que será a pista de corrida e marque com a fita adesiva.

Como colocar em prática:
Leve a criança até a pista e convide para que ela ande em cima do adesivo, caso seja necessário, ajude fisicamente dando as mãos. Trabalhe noções de dentro e fora.



DICA 18- PAREAMENTO REUTILIZANDO CARTELA DE ADESIVO

Esta atividade trabalha pareamento de cores.

Materiais:
• Folha A3, (o que amplia o espaço para a criança trabalhar).
• Cola colorida de 3 cores;
• O fundo de uma cartela de adesivos redondos:

Modo de colocar em prática: Sempre com muita paciência, oriente para que a criança pinte de acordo com a cor correspondente.
Mesmo que não seja pintado totalmente o espaço em branco, valorize a participação e a combinação das cores. Não se esqueça de elogiar!



DICA 19 – BASQUETE E OUTROS ESPORTES (EDUCAÇÃO FÍSICA E ATIVIDADES EM GRUPOS)

Atenção: É primordial que, quando você estimular a prática de esportes faça o uso do equipamento correto. Por exemplo, se o estímulo for basquete ensine com a cesta de basquete e a bola apropriada para basquete. Do mesmo modo, se for estimular o futebol, a bola deverá ser apropriada para o futebol e a trave e rede específica de futebol. Dessa forma evitará que a criança chute uma bola de basquete no gol ou que use a bola de futebol na quadra arremessando na cesta de basquete, o que poderá causar problemas nas aulas de educação física e gerar confusão no aprendizado da criança.

Há no mercado algumas cestas que já veem com suporte, de modo que não precisam ser penduradas na parede.
Seja mediador: Se seu filho ainda não tem coordenação motora para pegar a bola comece auxiliando fisicamente e vá reduzindo aos poucos. Facilite: a altura deve ser acessível.

Observe avanços e elogie: neste caso, o avanço aqui neste exemplo é que ele já busca a bola e traz de volta, mantém-se concentrado e comemora quando faz cesta. Um tempo atrás ficava completamente alheio durante a atividade. Ensine a esperar a sua vez e a passar a bola



Depois coloque os carrinhos na largada e auxilie a criança a leva-los até o ponto de chegada.



Variação: Com o tempo placas de trânsito podem ser inseridas na pista.





DICA 21 - ESTÍMULOS SENSORIAIS COM BEXIGAS

Os estímulos sensoriais são importantes porque as pessoas aprendem melhor quando as informações são processadas por mais de um dos sentidos ao mesmo tempo.

Materiais:

• Balões ou bexigas
• Diferentes grãos: feijões, arroz.
• Diferentes texturas: areia, trigo, gel água.

Modo de fazer:

Encha bexigas (ou bolas, balões de festa dependendo da região onde você é) de coisas que gerem diferentes texturas e sensações: água, gel, trigo, feijão, entre outras coisas.

Sugestões para falar enquanto estimula:

Para ensinar a textura: "Que gelado", "Esse faz barulho!", "esse é fofo".

Para ensinar pesos e tamanhos: "Qual é o maior?", "Qual é o menor?", "Esse é mais pesado!" "Qual o mais leve?".

Para chamar a atenção para você: "olha esse na cabeça da mamãe", "O papai vai colocar na testa, olha".

Para chamar a atenção da criança: "o balão com feijão vai descer pela sua perna...".



DICA 22 - ESTÍMULOS SENSORIAIS COM LIVROS SENSORIAIS

Livros sensoriais chamam atenção por serem feitos de texturas diferentes, tecidos, EVA, fitas, entre outros, sempre bem coloridos e dinâmicos, pois possibilita a interação da criança com o livro.
Há uma diversidade enorme no mercado com vários conteúdos: relação número x quantidade, vogais, formas geométricas. E também com funções do tipo: amarrar sapatos, abrir e fechar zíperes, colar e descolar velcro. É uma opção legal para dias de chuvas, para levar no carro, para levar em viagens, enfim. Ideal para estimular a criança a ficar sentada. Você pode solicitar ajuda de uma costureira ou comprar/ encomendar pela internet.



DICA 23 – CONTATO VISUAL: ESTIMULAR O COM FANTOCHES

Os fantoches são atraentes por serem animados e envolventes, poucos brinquedos oferecem tanta interatividade como os fantoches e podem ser utilizados para estimular o contato visual, interação e contribuir para redução de crises
.
Material: Fantoche

Como colocar em prática: Mude a voz, converse com a criança estimulando a interatividade.

Sugestão: Oi (nome da criança) tudo bem? Você está muito bonito hoje! Olha só que mão bonita! E onde está o seu pé? Muito bem...



DICA 24 - CONTATO VISUAL: BOLHA DE SABÃO

Da série “como não pensei nisso antes?” a dica da bolha de sabão tem a pretensão apenas de mudar o significado e o foco da brincadeira. Onde ao invés do objetivo ser apenas observar e perseguir as bolinhas de sabão, claro que sem desmerecer a brincadeira e a diversão que a mesma oferece, a sugestão é levar o leitor a dar uma nova leitura no brincar.
Posicione-se na altura da criança. Faça as bolhas de sabão na altura dos seus olhos para que o contato visual entre adulto e criança se encontre. Também contribui para associação de corpo, utilize os comandos: “vamos pegar com a mão?” “Vamos pegar com o pé...” E também para explorar nomes da criança e de outras pessoas ao redor: “Vou fazer agora perto da tia... Perto do vovô.”.
Simples, barato e extremamente funcional.

DICA 25 - JOGO DA MEMÓRIA FIXO

Jogo da memória é muito bom para estimular a concentração e pareamento de imagens. Pareamento é juntar em par, combinar objetos ou figuras iguais. É uma forma simples para outros pareamentos mais complexos, que virão durante a vida, como associar letras, imagens de rotina e também onde guardar as coisas: talheres, roupas, brinquedos.



Materiais:

- Jogo da memória;
- 1 Bandeja de papelão;
- 1 Folha branca
- Velcro
- Cola quente.

Como fazer: Cole a folha na bandeja de papelão, e cole algumas peças do jogo na folha. Recorte o velcro e cole a parte áspera na peça do jogo. O pedaço não deve cobrir a imagem toda da peça do jogo da memória. Cole a parte macia do velcro no verso da peça correspondente.

Como colocar em prática:Sentar a criança num ambiente livre de distrações, estimular para combinar o par da imagem.
Uma boa dica é começar com menos pares e ir aumentando, neste caso, foram utilizados seis pares, mas pode ser adaptado de acordo com cada criança. Podendo começar com 2 ou 3 pares.



DICA 26- TRIANGULAR DO OLHAR: BRINQUEDOS EM PVC

Sugestão de uma brincadeira saudável, instigante e que mantém o interesse da criança. Feito com uma placa de MDF, não há formas, apenas canos de PVC cortados, tinta, parafusos e pregos dispostos de acordo com a imaginação de cada um. Sabe aquelas bolinhas que vendem nos shoppings ou nas portas de lojas por 1 ou 2 reais? Pois é só jogar no primeiro cano e deixar rolar!





DICA 27 - REDUÇÃO DE CRISE: AMPULHETA

Algumas vezes uma crise de ansiedade pode levar a diversos transtornos devido à agitação da criança. Nem sempre dispomos de aparelhos eletrônicos em mãos, (geralmente ótimos aliados para reduzir o estresse) e sempre é bom variar as “cartas da manga” no que se trata de estímulos.

Materiais:

- Duas Garrafas de 600ml com tampa;
- Agua,
- Corante alimentício
- Durex ou fita isolant

Modo de fazer: Encha uma garrafa com a água e misture o corante. Uma garrafa a outra cortando o meio da tampa e fixe com durex. Obs. Há em lojas específicas para artesanato peças de ligação. Também é possível utilizar canos de PVC cortados para fazer a junção.

Como colocar em prática: É recomendado para redução de crise, ofereça a criança e estimule a observar o movimento de vai-e-vem da água.



DICA 28 - ESTIMULANDO A COMUNICAÇÃO ATRAVÉS DO "APONTAR"

Por que é necessário estimular a comunicação?
Pessoas com autismo podem apresentar dificuldades importantes relacionadas à área de linguagem expressiva.
E porque apontar é importante?
A comunicação abrange habilidades relacionadas a fazer pedidos, comentários, recusas, oferecer e buscar informações, expressar emoções, desejos, cumprimentar pessoas e narrar acontecimentos.
Uma criança com autismo pode não falar e não conseguir usar gestos para se comunicar ou pode falar, mas não conseguir usar a fala com função comunicativa.
Apontar para itens desejados é uma maneira simples de se fazer pedidos.



Materiais:
• Um cartaz;
• Cola e durex;
• Fita adesiva colorida para a margem;
• Figuras de personagens que a criança goste, fotos da criança e da família

Modo de fazer: Cole as imagens dos personagens que irá trabalhar com seus respectivos nomes.

Modo de colocar em prática: Cole o cartaz na parede na altura da criança.
Leve a criança até o local e pergunte: "onde está o personagem?".
Exemplo: Qual é a sua foto?
No inicio você pode e deve ajudar fisicamente, depois vá diminuindo as ajudas.

Variação:
Varie as imagens e a altura dos cartazes em relação à criança.
Conforme a evolução do apontar.



DICA 29 - REDUÇÃO DE CRISE BOLA SMILE

Materiais:
• Creme de barbear
• Corante
• Cola

Modo de fazer:
Misture tudo até que fique uma massa tipo amoeba.
Como colocar em prática: amassar essa bolinha é um exercício de relaxamento, ofereça a criança para que ela se distraia.



DICA 30 - REDUÇÃO DE CRISE COM O "CESTO DE BOLAS"

As piscinas de bolinhas em geral é um atrativo para as crianças. Coloridas, elas são atraentes e produzem sensações com o movimento das bolas. Porém por serem todas da mesma textura não estimulam a curiosidade, por isto, é interessante apresentar materiais diferentes com tamanhos distintos.

Materiais:
- Cesto ou balde
- Bolas de diferentes tamanhos: de basquete, de futebol, de tênis e etc.
- Bolas de diferentes texturas: enfeites de natal, bolas pet, bolas de massagem, bolas de lã etc.

Modo de fazer: Num cesto ou balde junte todas as bolas disponíveis.

Como colocar em pratica: Este cesto deverá ser novidade, apresente a criança e estimule para que ela observe cada bola e suas características.



DICA 31 - REDUÇÃO DE CRISE EM AMBIENTES DIFERENTES: KIT DE ATIVIDADES

Esperar nem sempre é fácil para qualquer pessoa. E são inúmeras vezes e situações em que precisamos usar a paciência e esperar. Porém crianças tendem a compreender o tempo de outra forma, num ritmo diferente.

Crianças com TEA e com traços de hiperatividade geralmente demonstram poucas habilidades para esperar e as crises de choro, birras são um transtorno para os pais que ficam sem o que fazer diante da agitação da criança. Ás vezes a espera pode ser ensaiada e ensinada em casa: tempo de espera pra ao hambúrguer e a bata ficarem prontos num fast food, por exemplo.

Mas imprevistos ocorrem e fogem do nosso controle: atrasos em voo, trânsito, médico, enfim tudo aquilo que pode dar errado e pegar a família desprevenida diante da situação.

A dica é ter sempre em mãos kits de atividades.

As crianças contemporâneas se interessam muito por aparelhos eletrônicos. Mas a bateria dos aparelhos tem tempo marcado e muito facilmente acaba em horas que mais precisamos. Por isso a velha tática de ter em mãos alguma pasta, sacola com livros, gibis, fantoches, miniatura de brinquedos, lápis de cor e folhas para colorir.



DICA 32- REDUÇÃO DE CRISE COM BRINQUEDOS QUE REPRODUZAM MOVIMENTOS

Aramados, pista de corrida, pista de trens, casinhas com torres e bolinhas para escorregar, enfim, há no mercado uma grande gama de ofertas de brinquedos que reproduzam movimentos. Jogar a bolinha e deixar seguir seu curso é relaxante para quem observa.

A velocidade, o caminho, o movimento! Tudo instiga a curiosidade de muitas pessoas e costuma atrair a atenção de crianças com transtorno autista desde pequenos.

Um fator que contribui para este interesse é facilidade que estes brinquedos apresentam. São comandos simples: ir e vir, soltar a bolinha no início e acompanhar o caminho até o final tudo se torna eficientemente atrativo e contribui para acalmar em situação de ansiedade.







DICA 33- EM CASA E NA RUA. MANTENHA SEMPRE O MESMO COMPORTAMENTO

É muito confuso entender que algumas coisas podem ser feitas em casa e outras na rua para pessoas tenham dificuldades com as habilidades sociais como acontece na maioria das pessoas com autismo, por isso é importante que as habilidades sociais sejam as mesmas em casa e nos locais públicos sempre que possíveis.

Uma criança que almoça na sala, sentada no sofá ou caminhando entre uma colherada e outra dificilmente entenderá que num restaurante, num shopping o comportamento deverá ser diferente do seu habitual, por exemplo.

Sabemos que algumas situações são imprevisíveis e fogem ao nosso controle como pais. Mas no que estiver ao seu alcance de desenvolver e contribuir vale a pena investir.





DICA 34 - ESTIMULANDO INTERATIVIDADE: “O MISTÉRIO DO QUEIJO ROUBADO”

Nesta brincadeira o objetivo é estimular a interação entre uma criança neurotípica e outra com TEA. É indicada para crianças maiores devido a sua complexidade.

Materiais :

- Boinas de detetives (encontra-se nas lojas que vendem fantasia)
- Lupa
- Papel
- Um arco com orelhas do Mickey
- Um Boneco do Mickey ou um rato de brinquedo
- Fita adesiva (durex)
- Jogo de encaixe ou quebra cabeça
- Letras do alfabeto (para a criança escrever o seu nome, podem ser cartas de papel ou peças de madeira).
- Livros sensoriais ou livros com apenas imagens para pintar
- Algo que sirva de prêmio (neste caso, foram usadas cartelas adesivas do Mickey).



Como colocar em prática:Crie uma história que envolva um mistério a ser resolvido. No caso o mistério era: “O caso do queijo roubado”. Espalhe pistas pela casa e/ ou quintal. Cada pista deverá ser uma tarefa a ser realizada com frases curtas. A criança neurotípica ficará com a parte de ler as pistas e desvendar o próximo local que deverá ir para encontrar a próxima pista. A criança com TEA (ou ambos) deverão cumprir os desafios contidos nas pistas.

Por exemplo:
Pista 01- “Para resolver um mistério, precisamos juntar todas as peças como um jogo de montar”. Monte o jogo! “Convide a criança com TEA a montar o jogo de encaixe”. Se necessário, auxilie. Embaixo deste jogo deve haver uma nova dica, é importante que a dica não seja tão óbvia.
Pista 02 – “Tem várias letras na caixa. Qual delas tem no seu nome? Escreva o seu nome!” Numa caixa coloque várias letras em pedaços de papel picado e a criança deverá montar seu nome. Embaixo desta caixa deverá ter nova dica.
Pista 03 – “As imagens também falam, procure a pista num livro que não tem palavras”- Se for livro sensorial deverá fazer as atividades deste livro na página que estiver à dica, se for livro para pintar, as crianças deverão pintar o desenho.
Pista 04 – “Onde ficam as roupas sujas? Tem pista lá”. (Dentro do cesto de roupa suja, deverá ter o arco com as orelhas). E nova dica, a última:

Pista 05 – Siga as pegadas.
Coloque pegadas no chão (dá pra imprimir do Google, procure por "pegadas") no quarto até achar o boneco de rato ou Mickey. Mistério resolvido. Elogie e faça festa. Se possível recompense com uma bala ou algo que a criança goste.

Importante: Esta história é apenas um exemplo, você pode inventar outras. As tarefas deverão estar de acordo com a faixa etária e comprometimento da criança com TEA. Caso ela ainda não consiga formar o seu nome, substitua por outro desafio. .Observando os progressos que ela demonstrar. Pode ser que a criança rejeite a lupa, ou o chapéu, permita que ela se sinta a vontade para usar ou não.



DICA 35 - REDUZINDO A SELETIVIDADE ALIMENTAR



Frutas: No ano passado uma mãe procurou a Academia do Autismo buscando ajuda sobre como estimular seu filho, que está numa fase de rejeitar muitos alimentos, a comer frutas.
A dica que descrevemos para ela serve para muitos: procure diversificar a forma como é oferecida a fruta ao seu filho.

O segredo para driblar a restrição alimentar é ter sempre em mente o princípio de que temos que dar um passo de cada vez, respeitando o tempo e limite de cada um. O clima tropical no Brasil favorece a aceitação por parte das crianças de alimentos gelados como: picolés, açaí, sorvete, paletas mexicanas, sacolé, geladinho e etc.

Por isso acreditamos que uma boa forma de auxiliar a criança a se alimentar melhor é fazendo sucos, picolés, geladinhos ou sacolés caseiros. Há no mercado popular uma grande oferta de formas para picolés e paletas, que podem ser recheadas com as próprias frutas.

Sobretudo, não esqueça que o exemplo é um ótimo rofessor. Seu filho pode parecer alheio ao mundo, mas geralmente as pessoas com TEA observam bastante o seu redor. Tenha sempre frutas em casa, lave-as antes de dispor na geladeira, coma na frente do seu filho e não force para que ele coma também. Deixe as coisas acontecerem. Não rotule, pois a preferência pode mudar com o tempo. Uma criança pode não gostar de banana num momento e mais tarde vir a gostar. Por isso não elimine nenhuma fruta na oferta em casa. E sempre que possível coloque na merenda para a escola.



• Feijão:

Era uma vez um menino que não comia feijão. Nem comida nenhuma apenas gelo. Num dia, seus pais lhe apresentaram o açaí na esperança que ele gostasse ou sentisse alguma semelhança por ser gelado.

Deu certo, o menino amou o açaí.

A partir daí, seus pais começaram a colocar feijão preto cozido no pote de açaí e colocar no congelador na esperança da criança se interessar devido ao fato de também estar gelado. Deu certo, o menino aceitou. A partir de então, seus pais começaram a colocar no prato o feijão frio.

O menino aceitou, e depois seus pais acrescentaram carnes, ovos, linguiça, farofa, batata palha, inhame, espinafre, tomate e outros legumes naquele feijão em temperatura ambiente.
Hoje o menino já come a comida por inteiro e quente. E açaí de sobremesa.

Moral da história: Com muita paciência, e sem nunca desistir, uma coisa leva a outra até atingir a vitória.



DICA 36- TRABALHANDO AUTONOMIA: TALHERES

É importante que as atividades domésticas sejam estimuladas desde cedo. Usando a mesma técnica de pareamento, que consiste basicamente em juntar pares iguais e que já temos explorado nas atividades e nas brincadeiras, sendo aplicado para guardar e agrupar talheres usando um separador próprio.

Materiais:
• Separador de talheres
• Talheres

Modo de colocar em prática: Comece com dois tipos bem distintos: faca e colher. Depois com o passar dos dias vá aumentando os utensílios, incluindo garfos, colheres de sobremesa, e etc. O importante é não esquecer que é a na repetição da atividade que eles aprendem a fixar.
A mesma técnica pode ser usada para separar meias em umas gaveta e camisas em outras gavetas, separar brinquedos em caixas, entre outros. Mas é preciso que no início você tenha paciência, tempo e disposição.



DICA 37- TRABALHANDO AUTONOMIA: VESTUÁRIO COM COMUNICAÇÃO ALTERNATIVA

Utilizando imagens como uma forma alternativa de comunicar e ensinar o aprendiz a se vestir.

Materiais:

- Imagens de roupas que costuma usar (fáceis de achar no Google, baixe em PNG);
- Durex grosso;
- Velcro
- Tesoura

Modo de fazer: Baixe as imagens em PNG e imprima-as. Recorte e passe durex grosso transparente para garantir a durabilidade das figuras. Coloque velcro em cada imagem e no guarda roupa (ou roupeiro, cômoda).

Como colocar em prática: A cada troca de roupas utilize o material. As figuras que não forem utilizadas devem ficar guardadas numa pasta, caixa ou envelope num local perto e de fácil acesso. Mostre a figura e aponte para a roupa. Cole a figura e ofereça a peça de roupa correspondente. Com o tempo vá diminuindo a ajuda até que a criança associe e alcance a roupa só de olhar a imagem correspondente. Por exemplo: Quando

DICA 38 - TRABALHANDO AUTONOMIA: AJUDA DISCRETA PARA SE VESTIR

Algumas pessoas que apresentam o diagnóstico de TEA demonstram dificuldades na hora de se vestir. Pode não parecer, mas é sim uma atividade complexa que envolve coordenação motora, equilíbrio além de concentração.Aos pais cabe a tarefa de auxiliar para que a troca de roupa seja feita de forma mais independente e a ajuda discreta é essencial neste processo.

O que é ajuda discreta? É uma ajuda que não completa toda a ação, mas ao contrário ela vai reduzindo conforme a evolução do indivíduo. Com comandos claros forneça ajuda até certo ponto e deixe que a criança termine o que você começou. No inicio provavelmente ela não entenderá de imediato. Pegue em suas mãos e estimule a terminar falando durante o processo. Por exemplo: Vamos colocar a camisa? Quer vestir a calça?
A sugestão para que a criança faça a parte dela são as frases: “Agora é você!” “Termine você” “Coloque a calça” e claro, qualquer sinal de participação deve ser elogiada: “muito bem!” “Parabéns”!

Algumas orientações:
• Ajuda discreta para colocar a camisa: Comece colando a cabeça e estimule que a criança encaixe os braços. Com o tempo vá reduzindo esta ajuda até que a criança consiga se vestir sozinha.
• Ajuda discreta para colocar a calcinha/cueca short ou calça: Inicie colocando até os joelhos e estimule para que a criança puxe para cima. Vá reduzindo esta ajuda com o tempo e a evolução até que a criança consiga se vestir sozinha.
• Ajuda discreta para calçar sapatos: Mostre o pé direito e o sapato direito e entregue a criança e calce nela o sapato. Repita o processo com o pé esquerdo. Depois de um tempo em que ele demostrar mais atenção e concentração, entregue o sapato direito e mostre o pé direito e fale: “coloque o pé.” ou “calce o sapato”. Com o passar do tempo, de acordo com a evolução, vá aumentando o grau de dificuldade: até que você diga “pegue o seu sapato e calce” e a criança assim fizer.

DICA 39- ESTIMULANDO MOVIMENTO DE PINÇA EM AMBIENTE NATURAL

Esta atividade tem como objetivo tornar o aprendiz mais independente, produtivo e mais aceito na sociedade. O termo Funcional refere-se aos objetos escolhidos, enfatizando que tenha utilidade na vida, que sejam funcionais.

O termo Natural refere-se aos procedimentos escolhidos, que devem ser mais semelhantes possíveis do mudo real e da vida cotidiana.

Aqui apresentamos ideias que parecem óbvias, mas que passam batido no dia a dia. Às vezes esquecemos o valor das pequenas ações. Incentive o seu filho a realizar as tarefas cotidianas, são os maiores exemplos de atividades funcionais.



(Imagem do Google.)

Ao invés de servir o seu filho em um pratinho, solicite que ele mesmo pegue seus biscoitos (ou bolacha) no pote.
Aproveite para estimular quantidades também: “Pegue apenas um”!

Outra opção é colocar moedas no cofre:



(Imagem do Google.)

Ao servir salada e macarronada, estimule que seu filho se servia e/ou sirva os outros usando um pegador de macarrão.



(Imagem do Google.)

DICA 40 - TRABALHANDO AUTONOMIA: DESFRALDE

Por Márcia Elisia Coelho da Conceição

Para obter sucesso é fundamental que todos que fazem parte da rotina da criança estejam envolvidos e comportem-se igualmente com ela.

Se apenas quando ela estiver com os pais ficar sem fralda, mas utilizá-la na escola, na casa dos avôs, o treinamento será confuso para a criança e a possibilidade de dar certo será menor.Podemos começar observando os horários em que a criança faz cocô. Descubra os sinais, observe se fica inquieta ou se esconde. Faça um registro para ter uma ideia do tempo de intervalo em que a criança será levada ao banheiro.
Estabeleça uma rotina começando com pequenos intervalos de tempo que devem ser aumentados conforme a evolução.

Quando chegar o momento, mostre que o lugar de fazer xixi e coco é no banheiro. Permita que a criança observe o adulto usando o vaso sanitário e faça a retirada total da fralda.
Se colocarmos fralda em determinados horários e em outros não, pode ocorrer de algumas crianças segurarem suas necessidades até o momento em que é colocada a fralda, por fazerem associação de que xixi e cocô devem ser feitos somente na fralda.

Por isso é necessário retirá-la. Recomenda-se que não dê muito líquido a ela no período da noite. Se não for possível acordar a criança durante a noite para levá-la ao banheiro, devido a um distúrbio de sono, que seja colocada a fralda após ter adormecido e retirada antes de acordar.

Dê sinal de comando com voz suave, mas firme: “Fulano, xixi” e leve-o para o banheiro. Pode se cantar uma musiquinha que anuncie que estamos nos dirigindo ao banheiro, ou mostrar o cartão em crianças com dificuldade de verbalização.

O tempo que a criança fica no vaso sanitário ou no troninho deve ser curto e agradável. Portanto, para que seja prazeroso, deve-se levar brinquedos, música, algo que a criança goste, para que a ida ao vaso sanitário seja positiva e reforçadora a ela.

Não poupe elogios cada vez que a criança for ao banheiro. Mostre a ela seu contentamento. Recompense (reforço positivo) sempre com uma guloseima, brinquedo ou ação que ele aprecie quando conseguir sucesso. Esses reforços também aos poucos vão sendo retirados. Jamais a recrimine ou puna quando ocorrer de fazer fora do vaso.

É importante, também, ficar atento a possíveis necessidades da criança em observar sua urina ou fezes no vaso sanitário, especialmente no momento de dar descarga. Para a criança o cocô e o xixi são suas produções e elas simplesmente desaparecerem. Realizar rituais como dar “tchauzinho” para o xixi ou o cocô de forma bem humorada podem ser ações muito interessantes.



(Imagem do Google.)

CONSIDERAÇÕES FINAIS

“Não fui eu quem escolheu o autismo, ao contrário foi ele quem me escolheu” essa frase, que o psicólogo Fábio Coelho costuma iniciar alguma conversa explicando a coincidência entre ter escolhido a profissão e ter filhos com autismo. Nesta mesma leitura de vida encerro aqui algumas dicas que tenho colocado em prática em casa e pouco a pouco dividido nas redes sociais.

Claro, não estão todas aqui. Algumas têm muito sucesso aqui em casa, outras nem tanto. Às vezes me esqueço de registrar, às vezes programo tudo, mas as coisas não saem como esperado. Paciência. Dias bons e ruins acontecem para todos, o que não dá pra acontecer é permitir de forma passivamente que os filhos não alcancem aquilo que são capazes de alcançar, de evoluir, de aprender.

Longe de mim a pretensão de ser dona da verdade e ensinar como criar o seu filho, veja este e-book como um alerta e reflita: Os terapeutas ficam com seus filhos 50 minutos durante 1, 2 ou 3 vezes por semana. Quanto tempo passamos juntos com eles e que podemos usar estimulando? A dica final aqui é que procurem com os especialistas dos seus filhos atividades que possam fazer em casa. Mais que dicas, são momentos que aprendemos e que passamos juntos e que gostaríamos que cada pessoa vivenciasse também.

É hora de sair da inércia os que não estão conseguindo encontrar uma forma eficaz de ajudar o filho a desenvolver-se. Um slogan que sempre trabalhamos na Academia do Autismo é "Nunca diga que seu filho não é capaz de aprender, ao invés disso pense numa nova forma de ensina-lo.A minha história não acaba aqui. Nem a sua. Espero que caminhemos dividindo todas estas experiências.